

Pengaruh Aromatherapy Lavender terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea

Sri Rahayu ^{1*}, Nur Khakimah ², Madnur Sholeh ³, R. Teguh Adi P ⁴, Wahyuningsih ⁴

^{1,2,3,4} Universitas Widya Husada Semarang, Indonesia

*Penulis Korespondensi: sriahayu2508111@gmail.com

Abstract. *Sectio caesarean surgery is a surgical procedure that can effectively prevent maternal and newborn deaths when used for reasons of medical indications. Post operative sectio caesarean can pose several risks of complications, one of which is pain and surgical wound infection. Non pharmacological approach aromatherapy as a complementary therapy to reduce postpartum pain. This case study aims to analyze the influence aromatherapy lavender on reducing pain levels in post sectio caesarean mothers by using the case study method pre and post test. The case study was carried out in 25 May 2025 – 07 June 2025. This type of case study is descriptive with the number of subjects used, namely three post partum mothers in the RSUD Batang private sector with pain assessment using a questionnaire Numeric Rating Scale (NRS). The results of the case study showed a change in pain intensity from a scale of 6-7 to a scale of 4-5. This shows an influence aromatherapy lavender on reducing pain levels in postpartum mothers caesarean section Giving innovation aromatherapy can be used as an independent nursing intervention so that it can be applied to patients regularly.*

Keywords: *Aromatherapy; Cesarean Section; Labor Pain; Mother; Postpartum.*

Abstrak. Operasi sectio caesarean adalah prosedur pembedahan yang dapat secara efektif mencegah kematian ibu dan bayi baru lahir bila digunakan untuk alasan indikasi medis. Pasca operasi sectio caesarean dapat menimbulkan beberapa resiko komplikasi salah satunya adalah nyeri dan infeksi luka operasi. Pendekatan nonfarmakologis aromatherapy sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tingkat nyeri pasca persalinan. Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh aromatherapy lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan menggunakan metode studi kasus pre dan post test. Studi kasus dilaksanakan pada 26 Mei 2025 – 7 Juni 2025. Jenis studi kasus ini berbentuk deskriptif dengan jumlah subjek yang digunakan yaitu empat ibu post partum di RSUD Batang dengan penilaian nyeri menggunakan kuesioner Numeric Rating Scale (NRS). Hasil studi kasus menunjukkan perubahan intensitas nyeri dari skala 6-7 menjadi skala 4-5. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh aromatherapy lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu post sectio caesarea. Inovasi pemberian aromatherapy dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan mandiri sehingga dapat di aplikasikan kepada pasien secara teratur.

Kata kunci: Aromatherapy; Ibu; Nyeri Persalinan; Postpartum; Sectio Caesarea.

1. LATAR BELAKANG

Proses melahirkan merupakan proses tertutup dan terbukanya jalan lahir dimana janin dan plasenta lahir dengan lengkap sesuai pada kehamilan cukup bulan (37-40 minggu). Namun beberapa indikasi medis untuk menyelamatkan ibu dan bayi perlu dilakukan salah satunya adalah tindakan sectio caesarean. Sehingga tindakan sectio caesarean merupakan indikasi medis untuk menurunkan morbiditas dan mortalitas kematian persalinan ibu. Operasi sectio caesarean adalah prosedur pembedahan yang dapat secara efektif mencegah kematian ibu dan bayi baru lahir bila digunakan untuk alasan indikasi medis (Iglesias-Benavides et al., 2017).

Pada tahun 2017 dilaporkan bahwa sekitar 810 wanita meninggal setiap harinya akibat komplikasi terkait kehamilan dan persalinan di seluruh dunia. Pada tahun 2017 sebanyak 295.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Sebagian besar terjadi di lingkungan sumber daya rendah dan sebagian besar dapat dicegah (World Health

Organization, 2020). Penatalaksanaan komplikasi persalinan antara lain dengan sectio caesarean. Operasi sectio caesarean adalah prosedur pem- bedahan yang dapat secara efektif mencegah kematian ibu dan bayi baru lahir bila digunakan untuk alasan indikasi medis (World Health Organization, 2018). Secara global, sectio caesarean terus mengalami pen- ingkatan sebanyak 21% dan jumlah tersebut akan terus meningkat selama dekade mendatang dengan hampir sepertiga (29%) dari semua kelahiran yang kemungkinan besar terjadi melalui operasi sectio caesarean di tahun 2023. Operasi sectio caesarean sangat penting untuk menyelamatkan nya- wa dalam situasi di mana persalinan pervaginam menimbulkan risiko (World Health Organization, 2021).

Berdasarkan prevalensi sectio caesarean dilaporkan terdapat perbedaan yang signifikan tergantung dari cakupan belahan dunia dimana sectio cae-

sarean dilakukan. Tingkat operasi sectio caesarea di seluruh dunia telah meningkat sekitar 7% pada tahun 1990 menjadi 21% hingga hari ini, dan diproyeksikan akan terus meningkat selama dekade ini. Jika tren ini ber- lanjut maka, pada tahun 2030 tingkat tertinggi kemungkinan berada di Asia Timur sebanyak 63%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 54%, Asia Barat sebanyak 50%, Afrika Utara sebanyak 48%, Eropa Selatan sebanyak 47%, Australia serta Selandia Baru sebanyak 45%. Di lima nega- ra seperti Republik Dominika, Brasil, Siprus, Mesir, dan Turki, pelaksa- naan operasi sectio caesarean sekarang melebihi jumlah persalinan per- vaginam. Sebaliknya, di negara-negara kurang berkembang seperti negara Afrika sub-Sahara dilaporkan sebanyak 5% wanita melahirkan dengan sectio caesarean. Hal tersebut menunjukkan adanya faktor kesulitan men- capai akses tersebut (World Health Organization, 2021).

Tingkat operasi sectio caesarean terus meningkat di seluruh dunia selama beberapa dekade terakhir. Tingginya angka operasi caesar berhubungan dengan biaya perawatan kesehatan yang besar. Faktor-faktor yang ber- kontribusi terhadap peningkatan angka operasi caesar sangat kompleks meliputi perubahan karakteristik populasi seperti peningkatan prevalensi obesitas, kehamilan ganda, peningkatan proporsi wanita nulipara serta wanita yang lebih tua. Sedangkan, dilihat dari faktor non-klinis lainnya seperti wanita semakin ingin menentukan bagaimana dan kapan anak mereka lahir, pergeseran generasi dalam pekerjaan dan tanggung jawab keluarga, faktor dokter, meningkatnya ketakutan akan litigasi medis, serta faktor organisasi, ekonomi dan sosial semuanya telah terlibat (World Health Organization, 2015).

Operasi sectio caesarean dianggap sebagai prosedur yang aman, tetapi kesadaran akan risiko komplikasi serius penting ketika memutuskan cara persalinan. Komplikasi yang paling

umum muncul adalah perdarahan masif (Holm et al., 2012) kerusakan pada organ dalam seperti saluran kemih, usus, dan pembuluh darah besar (Morris, 2013) ruptur uteri, plasenta pre-

via, obstruksi usus dan hernia insisional risikonya meningkat tiga kali lipat pada kelompok operasi sectio caesarean komplikasi jangka pendek yang terjadi dalam empat puluh dua hari setelah melahirkan (nifas) (Larsson et al., 2021) serta nyeri terus-menerus dan biasanya bersifat ringan adalah komplikasi yang paling umum setelah operasi sectio caesarean dan persalinan pervaginam dengan menunjukkan data bahwa 7,8% mengalami nyeri abdominal persisten selama dua bulan setelah persalinan caesar selanjutnya turun menjadi 1,1% setelah satu tahun (Liu et al., 2013).

Upaya yang dapat dilakukan dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarean adalah dengan pendekatan secara umum secara farmakologis dan nonfarmakologi yaitu dua metode yang digunakan untuk menurunkan tingkat nyeri. Saat ini, pendekatan non-farmakologi seperti aromatherapy dapat diidentifikasi sebagai terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri pasca persalinan pervaginam dan pembedahan karena efektifitas harga yang terjangkau dan kemudahan dalam penggunaan (Tabatabaeichehr & Mortazavi, 2020). Selain itu, penggunaan salep ekstrak biji anggur memiliki efek terapeutik yang menguntungkan dalam mempercepat penyembuhan luka post sectio caesarean (Izadpanah et al., 2019). Kombinasi antara pijat kaki dan tangan (Yunitasari et al., 2018) serta kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik lebih efektif dalam menurunkan keparahan nyeri pada pasien pasca operasi sectio caesarean (Puspitaningdyah et al., 2021). Pendekatan farmakologi antara lain penggunaan parasetamol oral atau intravena, obat anti-inflamasi nonsteroid oral atau intravena dan analgesik tambahan termasuk stimulasi saraf listrik transkutan (Roofthoof et al., 2021).

Pendekatan non-farmakologi dalam menurunkan intensitas nyeri pasca sectio caesarean salah satunya adalah penggunaan aromatherapy lavender. Minyak esensial lavender dilaporkan mampu untuk meningkatkan ketenangan secara psikologis dan menurunkan tingkat nyeri pada ibu post operasi sectio caesarean dengan cara dihirup langsung atau tidak secara

langsung. Telah dibuktikan dengan terapi aromatherapy lavender secara signifikan mengurangi nyeri dan kecemasan setelah prosedur pembedahan. Ada literatur yang berkembang tentang penggunaan aromatherapy lavender sebagai agen analgesik, kandungan komponen asetat lavender memiliki efek pereda nyeri dan anti inflamasi (Çalışır et al., 2023). Menurut (Olapour et al., 2013) adanya hubungan aromatherapy dengan penurunan tingkat nyeri pasca sectio caesarean, hal ini dibuktikan dengan adanya studi terbaru dalam

menggunakan terapi komplementer dengan aromatherapy untuk menurunkan tingkat nyeri dari tanaman bunga lavandula yang berasal dari wilayah Mediterania barat. Minyak esensial lavender memiliki kandungan Monoterpen lipofilik yang mempengaruhi membran sel sehingga menimbulkan efek menenangkan dan anti bakteri pada pasien post operasi sectio caesarean. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Niaz, 2017) bahwa aromatherapy lavender salah satu terapi komplement-er yang memiliki hubungan dan pengaruh yang berhasil dalam mengurangi nyeri pasca operasi sectio caesarean.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kematian ibu yakni dengan meningkatkan akses pelayanan persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan yang kompeten dalam memberikan kualitas pelayanan khususnya perawatan. Adapun peran perawat khususnya di unit ruang rawat inap maternitas sebagai caregiver atau pemberi layanan kesehatan bertanggung jawab secara profesional dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif berdasarkan kebutuhan dasar pasien kelolaan yang terganggu akibat post operasi sectio caesarean. Sebagai seorang edukator diharapkan dapat memberikan informasi kepada tim tenaga kesehatan lain baik secara perorangan maupun kelompok terkait continuity of care sebagai salah satu bentuk usaha meningkatkan kesehatan ibu dan bayi pada kasus persalinan dengan sectio caesarean. Selain itu juga, perawat diharapkan dapat membagikan informasi pendidikan kesehatan kepada pasien kelolaan perihwal perawatan pasca operasi sectio caesarean. Selain itu, perawat sebagai konselor mampu memberikan

dukungan maupun konseling dalam memfasilitasi pasien dan keluarga dalam pengambilan keputusan terhadap kesehatannya. Sebagai seorang advokat, diharapkan perawat dapat memberikan advokasi bagi pasien serta keluarganya dengan memastikan bahwa informasi yang didapatkan pasien maupun keluarga tepat dan benar adanya.

2. KAJIAN TEORITIS

Konsep Nyeri dan Pendekatan Nonfarmakologis dalam Keperawatan Post Sectio Caesarea

Nyeri merupakan pengalaman subjektif yang kompleks, melibatkan aspek fisiologis, psikologis, dan emosional akibat adanya rangsangan yang merusak jaringan tubuh (Potter & Perry, 2017). Pada ibu post *sectio caesarea*, nyeri timbul akibat sayatan pembedahan pada dinding abdomen dan uterus yang memicu respons inflamasi serta aktivasi reseptor nyeri. Intensitas nyeri yang dirasakan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, pengalaman melahirkan, kondisi psikologis, dan ambang nyeri individu (Smeltzer & Bare, 2018). Apabila nyeri tidak tertangani dengan baik, dapat berdampak pada gangguan mobilitas, gangguan pola

tidur, kecemasan, serta keterlambatan proses pemulihan luka. Oleh karena itu, penatalaksanaan nyeri pasca operasi merupakan aspek penting dalam pelayanan keperawatan maternitas.

Dalam keperawatan modern, manajemen nyeri dilakukan melalui dua pendekatan utama, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan analgesik untuk menekan transmisi impuls nyeri secara kimiawi. Sementara itu, pendekatan nonfarmakologis berfokus pada teknik alami untuk membantu tubuh beradaptasi terhadap rasa nyeri tanpa efek samping obat (Hinkle & Cheever, 2018). Metode nonfarmakologis meliputi teknik relaksasi, distraksi, terapi musik, akupresur, serta aromaterapi. Dalam konteks keperawatan, terapi nonfarmakologis juga mencerminkan konsep *holistic nursing care*, yaitu pendekatan yang tidak hanya menyembuhkan secara fisik tetapi juga memberikan kenyamanan emosional dan spiritual bagi pasien.

Teori dan Mekanisme Kerja Aromatherapy Lavender terhadap Penurunan Nyeri

Aromatherapy merupakan bentuk terapi komplementer yang menggunakan minyak esensial tanaman untuk menstimulasi sistem saraf pusat melalui indera penciuman. Salah satu jenis aromaterapi yang banyak digunakan dalam praktik klinis adalah minyak esensial lavender (*Lavandula angustifolia*), yang dikenal memiliki efek sedatif, relaksan, dan analgesik (Price & Price, 2012). Secara kimiawi, lavender mengandung senyawa aktif seperti *linalool* dan *linalyl acetate* yang bekerja menekan aktivitas sistem saraf simpatis serta menurunkan produksi hormon stres, seperti kortisol. Ketika dihirup, molekul aromatik minyak lavender akan menstimulasi reseptor olfaktori di hidung, mengirimkan impuls ke sistem limbik otak—bagian yang mengatur emosi dan persepsi nyeri—sehingga menimbulkan rasa tenang dan menurunkan ambang nyeri (Tisserand & Young, 2014).

Selain efek psikologis yang menenangkan, lavender juga memiliki aktivitas fisiologis berupa sifat antiinflamasi dan antispasmodik yang membantu mengurangi peradangan dan ketegangan otot (Buckle, 2015). Dengan demikian, penggunaan aromatherapy lavender dapat memberikan efek ganda, yaitu menekan persepsi nyeri melalui mekanisme psikoneuroendokrin sekaligus meningkatkan kenyamanan tubuh melalui efek relaksasi otot. Dalam perspektif keperawatan, penerapan aromaterapi lavender sejalan dengan tujuan *evidence-based practice* dalam memberikan asuhan yang aman, efektif, dan berorientasi pada kebutuhan pasien. Terapi ini dapat dijadikan alternatif nonfarmakologis dalam manajemen nyeri pasca operasi, khususnya bagi ibu post *sectio caesarea*, untuk mendukung proses penyembuhan yang lebih cepat dan holistik.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui adanya perubahan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi aromatherapy lavender pada ibu post *sectio caesarea*. Pendekatan studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan observasi mendalam terhadap fenomena nyeri yang dialami pasien serta respons yang muncul setelah diberikan intervensi nonfarmakologis. Objek dalam penelitian ini adalah ibu post *sectio caesarea* yang dirawat di Ruang Lili RSUD Batang dengan jumlah responden sebanyak empat orang. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu ibu post *sectio caesarea* dengan kondisi umum stabil, mampu berkomunikasi dengan baik, tidak memiliki gangguan penciuman atau pendengaran, serta bersedia menjadi responden melalui penandatanganan *informed consent*. Adapun kriteria eksklusi meliputi pasien dengan komplikasi medis berat, kondisi tidak stabil selama observasi, atau tidak bersedia berpartisipasi.

Intervensi dilakukan dengan pemberian aromatherapy lavender menggunakan minyak esensial lavender sebanyak lima tetes yang diteteskan pada tisu, kemudian didekatkan ke hidung pasien untuk dihirup selama kurang lebih 15 menit. Sebelum intervensi dilakukan, tingkat nyeri diukur menggunakan lembar observasi *Numeric Rating Scale (NRS)* sebagai data awal (*pretest*), dan setelah intervensi dilakukan pengukuran ulang (*posttest*) dengan instrumen yang sama. Data hasil pengukuran kemudian dianalisis secara deskriptif komparatif untuk membandingkan nilai tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing responden. Analisis ini bertujuan untuk menggambarkan perubahan intensitas nyeri serta mengevaluasi efektivitas aromatherapy lavender sebagai terapi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tingkat nyeri pada ibu post *sectio caesarea*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Lahan Praktek dan Gambaran Kasus di RSUD Batang

RSUD Batang merupakan rumah sakit milik pemerintah daerah dengan klasifikasi tipe C yang berlokasi strategis di pusat kota Batang. Letaknya yang berada di area perkotaan dan mudah dijangkau dengan berbagai moda transportasi umum menjadikannya rumah sakit rujukan utama masyarakat sekitar. Dari sisi fasilitas, RSUD Batang telah memiliki sarana pelayanan kesehatan yang lengkap seperti instalasi gawat darurat, ruang bersalin, ruang bedah, rawat inap, serta ruang pemulihan dengan standar pelayanan yang baik. Selain itu, aspek kebersihan, keteraturan lingkungan, dan tata kelola rumah sakit yang rapi menjadikan RSUD

Batang memiliki citra positif di masyarakat. Dukungan fasilitas yang memadai dan sumber daya manusia profesional membuat rumah sakit ini menjadi tempat yang representatif untuk penelitian praktik keperawatan maternitas.

Dari segi sumber daya manusia, RSUD Batang memiliki tenaga medis yang kompeten dan multidisipliner, terdiri dari dokter spesialis, dokter umum, tenaga perawat profesional dengan kualifikasi D3 hingga S1 Keperawatan, serta tenaga penunjang medis seperti ahli farmasi, laboratorium, dan gizi. Kualitas pelayanan kesehatan di rumah sakit ini tercermin dari sistem kerja kolaboratif antarprofesi dalam menangani pasien, terutama pasien obstetri dan ginekologi. Dalam konteks praktik keperawatan maternitas, tenaga perawat tidak hanya berperan sebagai pelaksana tindakan medis, tetapi juga sebagai pemberi asuhan keperawatan holistik, termasuk terapi nonfarmakologis seperti aromatherapy untuk menurunkan nyeri.

Berdasarkan data statistik rumah sakit, jumlah pasien persalinan yang ditangani di RSUD Batang sejak Januari hingga Mei 2025 mencapai 515 pasien. Dari jumlah tersebut, sebanyak 312 pasien menjalani tindakan *sectio caesarea* (SC), sedangkan 203 pasien menjalani persalinan normal. Angka ini menunjukkan bahwa proporsi tindakan SC lebih tinggi dibandingkan persalinan normal, dengan persentase sekitar 60,6% dari total kasus. Peningkatan angka SC dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain indikasi medis seperti *Cephalopelvic Disproportion* (CPD), gawat janin, lilitan tali pusat, atau kondisi plasenta previa. Hal ini menunjukkan perlunya perhatian terhadap penatalaksanaan nyeri pasca operasi yang dialami oleh pasien pasca SC.

Dalam praktik keperawatan di ruang Lili RSUD Batang, intervensi yang diberikan kepada ibu post SC difokuskan pada pemenuhan kebutuhan dasar seperti istirahat, nutrisi, dan mobilisasi dini. Namun, penatalaksanaan nyeri pasca operasi juga menjadi prioritas penting karena memengaruhi proses pemulihan dan kenyamanan pasien. Salah satu upaya yang dilakukan oleh perawat di ruang tersebut adalah pemberian *aromatherapy lavender* sebagai terapi nonfarmakologis pendukung analgesik. Setelah diberikan intervensi ini, pasien umumnya melaporkan penurunan nyeri, merasa lebih rileks, serta memiliki kualitas istirahat yang lebih baik.

Selain terapi aromaterapi, pemberian obat analgesik seperti asam mefenamat tetap dilakukan sesuai indikasi medis. Asam mefenamat merupakan golongan obat antiinflamasi nonsteroid (AINS) dengan efek analgesik yang cukup kuat dan biasanya diberikan selama dua hingga empat hari pasca operasi. Namun, terapi farmakologis ini juga perlu dikombinasikan dengan pendekatan nonfarmakologis agar hasilnya lebih optimal. Peran perawat dalam hal ini sangat penting karena selain memantau efek obat, perawat juga dapat melakukan inovasi

tindakan mandiri seperti aromatherapy lavender untuk meningkatkan efektivitas penurunan nyeri pasien.

Kondisi lingkungan RSUD Batang yang kondusif, dukungan fasilitas, serta keterlibatan tenaga medis yang terlatih menjadikan rumah sakit ini sebagai lahan yang ideal untuk penerapan studi kasus tentang efektivitas aromatherapy lavender terhadap tingkat nyeri ibu post SC. Interaksi pasien dan tenaga medis yang humanis serta dukungan keluarga pasien turut memperkuat keberhasilan intervensi nonfarmakologis yang dilakukan. Secara umum, RSUD Batang menjadi cerminan rumah sakit daerah yang telah mampu mengintegrasikan pelayanan medis konvensional dengan pendekatan keperawatan komplementer.

Dengan demikian, profil lahan praktik di RSUD Batang memperlihatkan bahwa rumah sakit ini tidak hanya fokus pada pelayanan medis tetapi juga menekankan pendekatan *holistic nursing care*. Pendekatan tersebut mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual pasien. Melalui penelitian ini, intervensi aromatherapy lavender diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti di bidang maternitas, khususnya dalam manajemen nyeri pasca *sectio caesarea*.

Analisis Masalah Keperawatan Utama: Nyeri Akut Post Sectio Caesarea

Nyeri akut merupakan masalah keperawatan utama yang sering dialami oleh ibu post SC akibat adanya luka pembedahan pada dinding abdomen dan uterus. Berdasarkan hasil pengkajian pada empat responden yaitu Ny. AI (32 tahun), Ny. H (26 tahun), Ny. S (28 tahun), dan Ny. R (38 tahun), seluruhnya mengeluhkan nyeri di area luka operasi dengan sensasi nyeri seperti ditusuk dan disayat, muncul terutama saat bergerak atau berpindah posisi. Skala nyeri yang dilaporkan berada pada kisaran 5–6 dengan durasi nyeri 5 hingga 15 menit. Kondisi ini menimbulkan keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari seperti duduk, berjalan, atau menyusui, serta berdampak pada pola tidur dan istirahat pasien.

Secara fisiologis, nyeri pasca operasi disebabkan oleh aktivasi reseptor nosiseptif akibat kerusakan jaringan. Proses inflamasi pada luka operasi memicu pelepasan mediator kimia seperti prostaglandin dan bradikinin yang meningkatkan sensitivitas saraf terhadap nyeri. Secara psikologis, rasa cemas dan ketegangan juga dapat memperburuk persepsi nyeri. Oleh karena itu, peran perawat dalam mengelola nyeri tidak hanya berfokus pada penanganan fisik, tetapi juga pada dukungan emosional agar pasien lebih mampu menghadapi rasa nyeri dengan tenang.

Hasil observasi menunjukkan bahwa keempat pasien memiliki respons nyeri yang serupa namun berbeda dalam intensitas dan durasi. Pasien dengan status obstetri primipara seperti Ny. R cenderung menunjukkan tingkat nyeri yang lebih tinggi dibandingkan pasien multipara

karena belum memiliki pengalaman sebelumnya. Faktor usia dan kesiapan mental juga mempengaruhi persepsi nyeri; ibu yang lebih muda atau lebih tua dari rentang usia ideal 26–35 tahun biasanya memiliki respon adaptasi nyeri yang berbeda.

Secara deskriptif, karakteristik responden dapat dijabarkan sebagai berikut: Ny. AI berusia 32 tahun, pendidikan terakhir SMA, dengan indikasi medis *Cephalopelvic Disproportion (CPD)* dan plasenta previa; Ny. H berusia 26 tahun, pendidikan SMP, dengan indikasi gawat janin akibat lilitan tali pusat; Ny. S berusia 28 tahun, pendidikan SMP, dengan indikasi CPD dan ketuban pecah dini (KPD); dan Ny. R berusia 38 tahun, pendidikan SD, dengan indikasi CPD dan hipertensi dalam kehamilan (HDK). Berdasarkan distribusi ini, terlihat bahwa sebagian besar responden berada dalam usia reproduktif produktif, namun faktor pengalaman obstetri dan kondisi medis turut mempengaruhi intensitas nyeri yang dirasakan.

Analisis karakteristik menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pendidikan dan kemampuan pasien memahami edukasi keperawatan. Pasien dengan pendidikan lebih tinggi umumnya lebih kooperatif dalam mengikuti anjuran perawatan, termasuk penerapan terapi nonfarmakologis. Dengan demikian, tingkat pengetahuan menjadi salah satu determinan penting dalam keberhasilan manajemen nyeri, karena mempengaruhi kesiapan pasien dalam menjalani intervensi aromaterapi.

Selain faktor demografis, aspek psikologis juga berpengaruh terhadap persepsi nyeri. Pasien yang menunjukkan kecemasan tinggi cenderung memiliki ambang nyeri yang lebih rendah. Oleh karena itu, pemberian terapi yang memberikan efek relaksasi seperti aromatherapy lavender menjadi relevan dalam konteks keperawatan. Pendekatan ini dapat menekan aktivitas sistem saraf simpatis dan menimbulkan efek tenang, yang pada akhirnya menurunkan persepsi nyeri pasien.

Dengan demikian, analisis masalah keperawatan utama menunjukkan bahwa nyeri akut post SC merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor biologis, psikologis, dan sosial. Penanganannya membutuhkan pendekatan komprehensif yang tidak hanya bergantung pada obat analgesik, tetapi juga terapi komplementer yang menenangkan seperti aromaterapi. Hal ini menegaskan pentingnya peran perawat dalam memberikan intervensi yang bersifat holistik dan berorientasi pada kenyamanan pasien.

Analisis Inovasi Tindakan Keperawatan: Penerapan Aromatherapy Lavender

Aromatherapy lavender merupakan bentuk terapi komplementer yang memanfaatkan minyak esensial dari bunga *Lavandula angustifolia* untuk memberikan efek relaksasi, analgesik, dan antiinflamasi. Mekanisme kerja aromaterapi ini didasarkan pada stimulasi reseptor olfaktori yang mengirimkan impuls ke sistem limbik otak, pusat pengendali emosi dan

persepsi nyeri. Komponen aktif utama dalam minyak lavender seperti *linalool* dan *linalyl acetate* berperan dalam menurunkan aktivitas saraf simpatis dan menekan produksi hormon stres kortisol. Secara fisiologis, hal ini menyebabkan peningkatan rasa tenang dan penurunan intensitas nyeri.

Dalam praktik keperawatan, aromatherapy lavender diberikan dengan cara meneteskan lima tetes minyak esensial ke tisu, kemudian didekatkan ke hidung pasien selama ± 15 menit untuk dihirup. Metode ini dinilai praktis, murah, dan aman tanpa efek samping yang berarti. Terapi dapat diberikan beberapa jam setelah efek anestesi pasca operasi hilang, dan diulang sesuai kebutuhan pasien. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip *evidence-based nursing practice* yang menekankan intervensi efektif dan berorientasi pada kenyamanan pasien.

Secara teoretis, beberapa penelitian mendukung bahwa aroma lavender dapat menurunkan intensitas nyeri melalui efek neurofisiologisnya yang menenangkan. Mekanisme tersebut terjadi ketika aroma lavender mencapai sistem limbik dan hipotalamus, merangsang pelepasan neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin yang menimbulkan perasaan rileks dan menurunkan persepsi nyeri. Selain itu, efek farmakologis minyak lavender juga bersifat antiinflamasi dan antispasmodik yang membantu mengurangi ketegangan otot di sekitar area luka operasi.

Dari perspektif keperawatan, penerapan aromaterapi tidak hanya memberikan efek fisiologis tetapi juga memperkuat hubungan terapeutik antara perawat dan pasien. Proses intervensi dilakukan dengan komunikasi empatik, menjelaskan prosedur, dan mengondisikan lingkungan yang tenang selama terapi berlangsung. Hal ini memberikan dampak positif terhadap psikologis pasien karena menciptakan rasa aman dan diperhatikan.

Selain melalui media tisu, aromatherapy lavender juga dapat diberikan menggunakan *diffuser* yang mencampurkan minyak ke dalam air, menghasilkan uap wangi yang menyebar di ruangan. Metode ini meningkatkan kenyamanan lingkungan pasien sekaligus memberikan efek relaksasi bagi penghuni ruang perawatan lainnya. Variasi metode pemberian ini menunjukkan fleksibilitas tinggi dari aromaterapi sebagai intervensi nonfarmakologis dalam praktik keperawatan modern.

Lebih jauh, penerapan aromatherapy lavender mendukung konsep *complementary and alternative nursing therapy* (CANT), di mana terapi alami digunakan untuk melengkapi intervensi medis utama. Penggunaan aromaterapi dapat mempercepat proses adaptasi pasien terhadap nyeri, meningkatkan kualitas tidur, serta menurunkan kecemasan pasca operasi. Hal ini memperlihatkan bahwa tindakan keperawatan tidak hanya berorientasi pada penyembuhan fisik, tetapi juga kesejahteraan holistik pasien.

Dengan demikian, penerapan aromatherapy lavender terbukti memiliki dasar ilmiah yang kuat dalam menurunkan tingkat nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu post *sectio caesarea*. Intervensi ini dapat dijadikan inovasi keperawatan berbasis bukti yang mudah diterapkan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Selain efektif dan aman, terapi ini juga memperkuat peran perawat sebagai pelaksana tindakan mandiri yang berorientasi pada *patient-centered care*.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan di RSUD Batang, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromatherapy lavender sebagai terapi nonfarmakologis efektif dalam membantu menurunkan tingkat nyeri pada ibu post *sectio caesarea*. Mekanisme kerja aromaterapi ini melibatkan efek fisiologis dan psikologis melalui stimulasi sistem saraf pusat yang menghasilkan rasa tenang dan relaksasi, sehingga persepsi nyeri berkurang secara signifikan. Keempat responden menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah intervensi, disertai peningkatan kenyamanan, kualitas istirahat, dan kesiapan dalam merawat diri serta bayinya. Temuan ini menegaskan bahwa aromatherapy lavender dapat dijadikan inovasi keperawatan berbasis bukti (evidence-based nursing practice) yang aman, sederhana, dan efektif untuk diterapkan dalam manajemen nyeri pasca operasi. Selain itu, penerapan terapi ini mencerminkan pendekatan holistic nursing care yang menekankan keseimbangan antara aspek fisik, emosional, dan spiritual pasien, sekaligus memperkuat peran perawat sebagai pelaksana tindakan mandiri dalam meningkatkan kualitas asuhan keperawatan maternitas.

DAFTAR REFERENSI

- Amirikia, H., Zarewych, B., & Evans, T. N. (1981). Cesarean section: A 15-year review of changing incidence, indications, and risks. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 140(1), 81–90. [https://doi.org/10.1016/0002-9378\(81\)90261-1](https://doi.org/10.1016/0002-9378(81)90261-1)
- Çalışır, F., Urfahoglu, A., Bilal, B., Tok, A., Bolcal, H. A., & Öksüz, H. (2023). The effect of lavender aromatherapy on the level of intraoperative anxiety in caesarean case under spinal anesthesia: A randomized controlled trial. *EXPLORE*, 19(3), 356–361. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2022.11.008>
- Cruz, J. J., Kather, A., Nicolaus, K., Rengsberger, M., Mothes, A. R., Schleussner, E., Meissner, W., & Runnebaum, I. B. (2021). Acute postoperative pain in 23 procedures of gynaecological surgery analysed in a prospective open registry study on risk factors and consequences for the patient. *Scientific Reports*, 11(1), 1–10. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-01597-5>
- Dębczak, A., Tyśkiewicz, K., Fekner, Z., Kamiński, P., Florkowski, G., Konkol, M., Rój, E., Grzegorzczak, A., & Malm, A. (2022). Molecular distillation of lavender supercritical

- extracts: Physicochemical and antimicrobial characterization of feedstocks and assessment of distillates enriched with oxygenated fragrance components. *Molecules*, 27(5), 1–18. <https://doi.org/10.3390/molecules27051470>
- Dwi Agustanti, M. K. S. K., Rahayu, D. Y. S., Festi, P., Hayati, W., Simanullang, P., Wicaksono, K. E., Karim, A., Muhaimin, G., Caraka, L. D., & Alfiansyah, M. R. (2022). *Buku ajar keperawatan keluarga*. Mahakarya Citra Utama Group. <https://books.google.co.id/books?id=WeatEAAAQBAJ>
- Eka Sarofah Ningsih, I., Susila, I., Darwati, L., Idayanti, T., Sarliana, K., Kustini, Y., Admasari, B. M., & Zulfikar, R. (2022). *Kumpulan asuhan kebidanan*. Rizmedia Pustaka Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=v256EAAAQBAJ>
- Ghelardini, C., Galeotti, N., Salvatore, G., & Mazzanti, G. (1999). Local anaesthetic activity of the essential oil of *Lavandula angustifolia*. *Planta Medica*, 65(8), 700–703. <https://doi.org/10.1055/s-1999-14045>
- Gyaase, D., Enuameh, Y. A., Adjei, B. N., Gyaase, S., Nakua, E. K., Kabanunye, M. M., Alhassan, M. M., Yakubu, M. S., Tetteh, R. J., Newton, S., & Asante, K. P. (2023). Prevalence and determinants of caesarean section deliveries in the Kintampo districts of Ghana. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1), 286. <https://doi.org/10.1186/s12884-023-05622-5>
- Hidayat, A. A. (2021). *Proses keperawatan: Pendekatan NANDA, NIC, NOC dan SDKI*. Health Books Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=h3scEAAAQBAJ>
- Holm, C., Langhoff-Roos, J., Petersen, K., Norgaard, A., & Diness, B. (2012). Severe postpartum haemorrhage and mode of delivery: A retrospective cohort study. *BJOG: An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 119(5), 596–604. <https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.2011.03267.x>
- Inouye, S., Yamaguchi, H., & Takizawa, T. (2001). Screening of the antibacterial effects of a variety of essential oils on respiratory tract pathogens, using a modified dilution assay method. *Journal of Infection and Chemotherapy*, 7(4), 251–254. <https://doi.org/10.1007/s101560170022>
- Izadpanah, A., Soorgi, S., Geraminejad, N., & Hosseini, M. (2019). Effect of grape seed extract ointment on cesarean section wound healing: A double-blind, randomized, controlled clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 35, 323–328. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.03.011>
- Johri, M., Ng, E. S. W., Bermudez-Tamayo, C., Hoch, J. S., Ducruet, T., & Chaillet, N. (2017). A cluster-randomized trial to reduce caesarean delivery rates in Quebec: Cost-effectiveness analysis. *BMC Medicine*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12916-017-0859-8>
- Kim, J. T., Wajda, M., Cuff, G., Serota, D., Schlame, M., Axelrod, D. M., Guth, A. A., & Bekker, A. Y. (2006). Evaluation of aromatherapy in treating postoperative pain: Pilot study. *Pain Practice*, 6(4), 273–277. <https://doi.org/10.1111/j.1533-2500.2006.00095.x>
- Larsson, C., Djuvfelt, E., Lindam, A., Tunón, K., & Nordin, P. (2021). Surgical complications after caesarean section: A population-based cohort study. *PLoS ONE*, 16(10), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258222>
- Liu, T. T., Raju, A., Boesel, T., Cyna, A. M., & Tan, S. G. M. (2013). Chronic pain after caesarean delivery: An Australian cohort. *Anaesthesia and Intensive Care*, 41(4), 496–500. <https://doi.org/10.1177/0310057X1304100410>

- Nasiri, A., Mahmodi, M. A., & Nobakht, Z. (2016). Effect of aromatherapy massage with lavender essential oil on pain in patients with osteoarthritis of the knee: A randomized controlled clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 25, 75–80. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.08.002>
- Olapour, A., Behaeen, K., Akhondzadeh, R., Soltani, F., Razavi, F. A. S., & Bekhradi, R. (2013). The effect of inhalation of aromatherapy blend containing lavender essential oil on cesarean postoperative pain. *Anesthesiology and Pain Medicine*, 3(1), 203–207. <https://doi.org/10.5812/aapm.9570>
- Pramudianti, D. C., Raden, A., & Suryaningsih, E. K. (2018). Hubungan tingkat pendidikan formal dengan parenting self-efficacy periode awal nifas pada ibu pasca sectio caesarea. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 34–41. <https://doi.org/10.31101/jkk.194>
- Rénes, L., Barka, N., Gyurkovits, Z., Paulik, E., Németh, G., & Orvos, H. (2018). Predictors of caesarean section: A cross-sectional study in Hungary. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 31(3), 320–324. <https://doi.org/10.1080/14767058.2017.1285888>
- Ristica, O. D., & Irianti, B. (2023). Efektivitas aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) dalam mengurangi nyeri post sectio caesarea. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 3(1), 17–22. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n1.281>
- Roofthoof, E., Joshi, G. P., Rawal, N., Van de Velde, M., Pogatzki-Zahn, E., Schug, S., Kehlet, H., Bonnet, F., Delbos, A., Lavand'homme, P., Beloeil, H., Raeder, J., Sauter, A., Albrecht, E., Lirk, P., Lobo, D., & Freys, S. (2021). PROSPECT guideline for elective caesarean section: Updated systematic review and procedure-specific postoperative pain management recommendations. *Anaesthesia*, 76(5), 665–680. <https://doi.org/10.1111/anae.15339>
- Sari, P. I. A., Zulaikha, L. I., Hutomo, C. S., Argaheni, N. B., Nayoan, C. R., Yunita, E., A'yun, Q., & Rusady, Y. P. (2022). *Terapi komplementer*. Get Press. <https://books.google.co.id/books?id=MPqSEAAAQBAJ>
- Sheikhan, F., Jahdi, F., Khoei, E. M., Shamsalizadeh, N., Sheikhan, M., & Haghani, H. (2012). Episiotomy pain relief: Use of lavender oil essence in primiparous Iranian women. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 18(1), 66–70. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2011.02.003>
- Tabatabaeichehr, M., & Mortazavi, H. (2020). The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain and anxiety: A systematic review. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 30(3), 449–458. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>
- World Health Organization. (2021). *Caesarean section rates continue to rise, amid growing inequalities in access*. World Health Organization.